

## ¿Es nuevo el conocimiento sobre el síndrome de alcohol fetal (FAS)?

Durante siglos, la gente ha sospechado que tomar bebidas alcohólicas durante el embarazo podría hacerle daño al bebé que está por nacer. El antiguo filósofo griego, Aristóteles, observó que los hijos de mujeres borrachas eran "taciturnos y lánguidos". En la Biblia hay una advertencia para las mujeres embarazadas de "no tomar ni vino ni bebidas fuertes". En 1834, una investigación británica informó que los bebés de madres alcohólicas tenían un "aspecto hambriento, arrugado e imperfecto". Los estudios modernos han confirmado que beber alcohol durante el embarazo es peligroso para el bebé en desarrollo.

## ¿Puede el niño con síndrome de alcohol fetal llegar a ser un adulto independiente?

Muchos lo lograrán. Sin embargo, los problemas de comportamiento y aprendizaje relacionados con el FAS causan que las personas que lo padecen tengan dificultad para llegar a ser completamente independientes. Las personas con el FAS muchas veces tienen problemas para manejar el dinero, organizar su tiempo u ocuparse de otras responsabilidades cotidianas. Puede que tengan una dificultad específica en la escuela y que necesiten ayuda exclusivamente para estos padecimientos. Es posible que también tengan problemas para conseguir un trabajo y no perderlo. El diagnóstico temprano, las intervenciones educativas adecuadas y la ayuda de personas que entiendan sus necesidades aumentan las posibilidades de que la persona con el FAS tenga éxito en nuestra sociedad.

## ¿Qué puedo hacer para evitar el síndrome de alcohol fetal?

- Si está embarazada, no tome bebidas alcohólicas.
- Si está tratando de quedar embarazada, no tome.
- Si cree que está embarazada, deje de tomar de inmediato.
- Si tiene problemas para controlar el consumo de alcohol, hable con su doctor o con otro proveedor de servicios de salud. Él puede ayudarle a dejar de tomar y a ofrecer una mejor vida a su bebé desde el comienzo.

## Haga correr la voz

Si conoce a una mujer embarazada, animéla a no tomar bebidas alcohólicas y dígale por qué.

Este folleto es el producto de una colaboración entre Texas Office for Prevention of Developmental Disabilities, Texas Birth Defects Monitoring Division of the Texas Department of Health, el padre de un niño con el FAS y un asesor educativo.

Para mayor información, comuníquese con:  
The Texas Office for Prevention of  
Developmental Disabilities  
909 W. 45th Street, Austin, Texas 78751  
(512) 206-4544 Fax (512) 206-5064



Tomar alcohol  
durante  
el embarazo  
puede causar

el síndrome  
de alcohol  
fetal



## ¿Qué es el síndrome de alcohol fetal?

El síndrome de alcohol fetal (FAS por sus siglas en inglés) es el nombre que se dio a un patrón de defectos de nacimiento físicos y mentales causado por el consumo de bebidas alcohólicas durante el embarazo.

El **síndrome de alcohol fetal** es una de las primeras causas evitables de retraso mental en Estados Unidos. Cerca de 8,000 bebés nacen con el FAS en Estados Unidos cada año, o aproximadamente dos de cada 1,000 nacimientos. En Texas, alrededor de 700 bebés nacen con el FAS cada año.

Los bebés que nacen con el **síndrome de alcohol fetal** pueden tener muchos problemas que duran toda la vida. Es posible que la cara y el cerebro del bebé no sean normales. El alcohol que la mamá tomó durante el embarazo puede retardar el crecimiento del bebé y puede dañar el corazón, el sistema óseo, los riñones, los ojos y los oídos.

El efecto más grave del alcohol se ve en el desarrollo del cerebro del bebé. Como consecuencia del alcohol, la inteligencia de las personas con el **síndrome de alcohol fetal** es inferior al nivel promedio. Los niños con el FAS tienen problemas para escuchar, aprender y prestar atención. Pueden tener poco criterio y problemas emocionales y de conducta. Muchas veces, necesitan ayuda especial en la casa y en la escuela. Puesto que las personas con el **síndrome de alcohol fetal** pueden tener problemas de por vida, es posible que siempre necesiten ayuda especial, aun cuando sean adultos.

El **síndrome de alcohol fetal** se puede evitar si no se consume bebidas alcohólicas durante el embarazo.

## Preguntas frecuentes sobre el FAS

### ¿Cuánto alcohol hace daño al niño que está por nacer?

Los investigadores aún no han identificado un nivel de consumo de alcohol que no sea peligroso durante el embarazo. La opción más segura es no tomar bebidas alcohólicas cuando esté embarazada o esté tratando de quedar embarazada. Es algo bueno que puede hacer para su bebé.

### ¿Es menos peligrosa una cerveza que un trago de licor?

Una cerveza, una copa de vino, una bebida alcohólica a base de vino, un cóctel y un trago de licor tienen la misma cantidad de alcohol. Son iguales de peligrosos para su bebé.

### ¿Qué pasa si tomo sin saber que estoy embarazada?

Tan pronto sospeche que está embarazada, deje de tomar alcohol inmediatamente. Las posibilidades de tener un bebé sano aumentan mucho cuando deja de tomar.

### ¿Existe algún tiempo durante el embarazo cuando no sea peligroso tomar alcohol?

**No.** El alcohol pasa de la sangre de la mamá a la sangre del bebé, así que cuando la mujer embarazada toma, el bebé que está por nacer toma también. El alcohol es peligroso para el bebé en desarrollo durante todo el embarazo.

**El daño ocasionado por el consumo de alcohol durante el embarazo es permanente. No se puede curar ni se le pasa con el tiempo.**

**Usted puede ayudar a prevenir el FAS. Todos lo podemos hacer.**

### ¿Tiene el consumo de alcohol del padre algún efecto sobre el bebé que está por nacer?

Todavía no se logra entender completamente los efectos del alcohol sobre los espermatozoides del padre y sobre el bebé que está por nacer. Sin embargo, el papá puede tener mucha influencia en los hábitos de consumo de su pareja. Al optar por no tomar, un padre puede apoyar y animar a su pareja embarazada a evitar el alcohol.

### Si la mujer padece del FAS, ¿tendrá hijos con el FAS?

No, si no toma alcohol durante el embarazo. Las personas parecen heredar la tendencia de abusar del alcohol, y es posible que las personas con el FAS sean más propensas al alcoholismo. Pero la mujer con el FAS, como todas las mujeres, puede proteger a sus hijos del FAS al no consumir alcohol durante el embarazo.

### ¿No son las mujeres alcohólicas las únicas que tienen bebés con el FAS?

La mujer no tiene que ser alcohólica ni tomar todos los días para tener un bebé con el FAS. Cualquier mujer que toma alcohol durante el embarazo puede causar daño a su bebé que está por nacer.

### ¿Tiene cura el síndrome de alcohol fetal?

**No.** El daño ocasionado por el consumo de alcohol durante el embarazo es permanente. No se puede curar ni se le pasa con el tiempo.

*continúa al dorso*